



Yoga, Yogathérapie et relaxation sonore Les ateliers mensuels du dimanche après-midi

Nomad Yoga vous accueille chaque mois au Cabinet Déphysio pour des ateliers thématiques de yoga/yogathérapie et de relaxation sonore accessibles à tous.



Dimanche 25 septembre

14h – 15h30

Introduction à la relaxation et au massage sonore (présentation, discussion et relaxation sonore)

16h – 17h30

Introduction au yoga et à la yogathérapie (présentation, discussion et pratique)



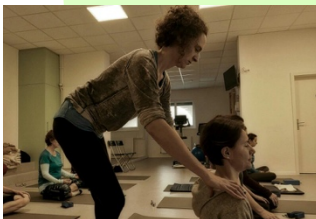
Dimanche 30 octobre

14h – 15h30

Relaxation sonore pour accueillir le changement de saison

16h – 17h30

Les outils anti-stress du yoga et de la yogathérapie



Dimanche 20 novembre

14h – 15h30

Relaxation sonore pour faciliter l'entrée dans la saison hivernale

16h – 17h30

Les outils pour renforcer son système immunitaire du yoga et de la yogathérapie



Tarif et infos pratiques

40 CHF par atelier

Les ateliers ont lieu Rue de Chandieu 9, 1202 Genève, à partir de 5 participants minimum et avec un maximum de 8 participants par session.

Infos & Inscriptions auprès de Gaëlle Laroque
gaellelaroque@hotmail.com 078 645 1482 www.mynomadyoga.com